

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia sebagai makhluk sosial tidak akan pernah lepas dari hubungannya dengan orang lain. Sebagai makhluk sosial kita memerlukan hubungan interpersonal secara mendalam dengan seseorang sehingga dapat memiliki arti tersendiri di dalam hidupnya dan tidak mengalami kesepian.

Kesepian merupakan suatu hal yang ingin dihindari oleh setiap remaja. Pada hakikatnya memang manusia tidak dapat hidup sendiri, karena manusia adalah makhluk sosial. Pada remaja untuk mengatasi kesepian banyak cara yang mungkin dilakukan. Sebagian remaja ada yang melakukan berbagai kegiatan untuk mengatasi kesepian dan ada juga yang bergaul dengan teman-temannya.

Kesepian merupakan salah satu permasalahan sosial akibat perubahan zaman. Penelitian yang dilakukan pada usia dewasa akhir dan lanjut usia menunjukkan bahwa kesepian dapat terjadi karena perubahan lingkungan hidup, tempat tinggal, perubahan psikologis, serta kehilangan orang-orang yang bermakna. Kesepian merupakan suatu hal yang ingin dihindari oleh setiap remaja. Pada hakikatnya memang manusia tidak dapat hidup sendiri, karena manusia adalah makhluk sosial.

Mahasiswa merupakan salah satu golongan remaja yang memperoleh kesempatan untuk lebih mengenal lapangan hidupnya melalui perguruan tinggi. Mahasiswa pada masa awal kuliah disebut sebagai mahasiswa baru. Batasan

sebagai mahasiswa baru (*freshman*) menurut Kamus Oxford adalah pada masa tahun pertama di Universitas (Endang & Nailul, 2010).

Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti, dapat ditarik kesimpulan bahwa kesepian dapat terjadi pada semua mahasiswa baik itu mahasiswa yang tinggal dengan orang tua maupun mahasiswa yang tinggal berjauhan dengan orang tua (ngekos). Kesepian yang terjadi pada mereka diakibatkan oleh berbagai macam faktor diantaranya ialah tidak memiliki teman, tidak memiliki kekasih, sulit beradaptasi, tidak memiliki saudara, dan orang tua yang sibuk bekerja.

Manusia adalah makhluk sosial yang berarti tidak dapat hidup tanpa orang lain. Dorongan atau motivasi sosial pada manusia, mendorong manusia mencari orang lain untuk mengadakan hubungan atau interaksi sehingga memungkinkan terjadi interaksi antara manusia satu dengan manusia yang lain (Nike & Rina, 2006).

Keseluruhan proses hidup dan kehidupan individu akan selalu diwarnai oleh hubungan dengan orang lain, baik itu dengan lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat secara luas. Sebagai makhluk sosial, individu selalu membutuhkan pergaulan dalam hidupnya dengan orang lain, pengakuan dan penerimaan terhadap dirinya dari orang lain.

Setiap individu tumbuh dan berkembang selama perjalanan kehidupannya melalui beberapa periode atau fase-fase perkembangan. Setiap fase perkembangan mempunyai serangkaian tugas perkembangan yang harus diselesaikan dengan baik oleh setiap individu, sebab keberhasilan dalam melaksanakan tugas perkembangan akan membawa penyesuaian sosial yang lebih baik sepanjang

kehidupannya begitu juga jika gagal menyelesaikan tugas-tugas perkembangan pada fase tertentu berakibat tidak baik pada kehidupan fase berikutnya (Nike & Rina, 2006).

Salah satu peran yang harus di jalankan oleh remaja adalah sebagai mahasiswa baru. Lingkungan yang berbeda, tuntutan yang tidak sama dengan peran sebagai anak maupun pelajar SMA membutuhkan proses adaptasi sehingga mereka bisa menunjukkan kinerja yang optimal sebagai mahasiswa. Salah satu bentuk adaptasi yang di lakukan terkait dengan perubahan lingkungan dan tuntutan sosial adalah penyesuaian sosial (*social adjustment*). Penyesuaian sosial sangat penting di kuasai remaja dalam perannya sebagai mahasiswa baru karena penyesuaian sosial merupakan salah satu tugas perkembangan masa remaja yang tersulit (Nike & Rina, 2006).

Penyesuaian sosial akan terasa lebih penting mana kala individu dihadapkan pada kesenjangan-kesenjangan yang timbul dalam hubungan sosialnya dengan orang lain. Betapapun kesenjangan-kesenjangan itu dirasakan sebagai hal yang menghambat, akan tetapi sebagai makhluk sosial, kebutuhan individu akan pergaulan, penerimaan dan pengakuan orang lain atas dirinya tidak dapat dielakkan sehingga dalam situasi tersebut, penyesuaian sosial akan menjadi wujud kemampuan yang dapat mengurangi atau mengatasi kesenjangan tersebut (Meliza, 2013).

Endang dan Nailul (2010) mengatakan, perkembangan sosial remaja dapat dilihat dengan adanya dua macam gerak: (1) memisahkan diri dari orang tua, (2) menuju ke arah teman-teman sebaya. Dua macam gerak tersebut bukan

merupakan dua hal yang berurutan, meskipun yang satu dapat terkait pada yang lain. Hal ini menyebabkan gerak yang pertama tanpa disertai gerak yang kedua dapat menimbulkan kesepian. Kesepian yang dirasakan adalah karena belum terbentuknya keintiman baru yang berakibat remaja tidak mempunyai hubungan interpersonal yang intim.

Masa transisi sosial menuju ke Perguruan Tinggi sangat berkaitan erat dengan proses penyesuaian sosial, yaitu kemampuan individu menyesuaikan kondisi diri dengan keadaan lingkungan. Kualitas hubungan sosial individu dengan individu lain, dapat diprediksi melalui kemampuan adaptasi. Dengan demikian kalau kemampuan beradaptasinya berjalan dengan baik maka individu tersebut tidak akan merasakan kesepian dan begitu juga sebaliknya.

Byrne dan Baron (dalam Rizqa & Ratna, 2007) mendefinisikan kesepian sebagai suatu keinginan yang tidak terpenuhi untuk membangun hubungan interpersonal yang akrab. Kesepian menunjuk pada kegelisahan subyektif yang dirasakan pada saat hubungan seseorang kehilangan ciri-ciri pentingnya. Hilangnya ciri-ciri tersebut bersifat kuantitatif yaitu tidak mempunyai teman atau hanya mempunyai sedikit teman seperti yang diinginkan. Kekurangan itu dapat bersifat kualitatif yaitu seseorang mungkin merasa bahwa hubungan sosialnya dangkal atau kurang memuaskan dibandingkan dengan apa yang diharapkan.

Masa remaja adalah masa yang sangat rentan terhadap kesepian. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Parlee (dalam Rizqa & Ratna, 2007) memperlihatkan bahwa kesepian yang tertinggi terjadi di antara para remaja.

Kesepian yang terjadi pada remaja lebih disebabkan karena remaja tengah mengalami proses perkembangan yang kompleks.

Mahasiswa tahun pertama merupakan usia yang beresiko tinggi dibanding tingkat usia lain dalam mengalami kesepian karena pertama, adanya peralihan usia anak-anak menuju dewasa awal. Peralihan tugas perkembangan tersebut menyebabkan remaja tidak memiliki status yang jelas di masyarakat, bukan lagi sebagai anak-anak namun belum juga menjadi seorang dewasa. Status marginal remaja mengakibatkan adanya isolasi sosial yang membuat remaja seolah tidak memiliki tempat di masyarakat (Endang & Nailul, 2010).

Kesepian mempunyai berbagai dampak negatif dari level ringan hingga berat, mulai dari hambatan dalam belajar, berteman, sampai menyebabkan seseorang melakukan perilaku bunuh diri. Hal tersebut terjadi karena kesepian pada dasarnya adalah suatu penyakit yang menyerang kepribadian seseorang melalui sistem komunikasi mereka.

Kesepian merupakan perasaan yang pernah dialami oleh hampir setiap individu, walaupun masing-masing memiliki pengalaman yang berbeda-beda mengenai kesepian tersebut. Remaja cenderung mengalami kesepian karena remaja mengalami berbagai proses perpisahan dalam tempo yang singkat (misalnya : pindah sekolah, kuliah, pergi dari orang tua, putus dari pacar) dalam rangka pencarian jati dirinya. Remaja dengan kecenderungan mengalami kesepian membutuhkan seseorang yang tepat untuk mengatasi perasaan-perasaan negatif yang timbul oleh perasaan kesepian. Remaja menganggap bahwa dengan adanya persahabatan, maka kesepian tidak akan terjadi. Remaja yang tidak memiliki

hubungan persahabatan dengan teman-teman sebaya, maka akan menimbulkan kesepian.

Kemampuan mahasiswa untuk berinteraksi secara kontinyu dengan orang lain dan lingkungan inilah yang disebut penyesuaian. Keberhasilan individu untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan terhadap kelompok pada khususnya disebut sebagai penyesuaian sosial (Hurlock, 2012). Individu yang dapat menyesuaikan diri dengan baik akan mempelajari berbagai keterampilan sosial dan mengembangkan sikap sosial yang menyenangkan terhadap orang lain.

Menurut Hurlock (dalam Nike & Rina, 2006) mengatakan bahwa penyesuaian sosial pada mahasiswa baru tergolong tinggi. Hal ini membuktikan bahwa mahasiswa baru mempunyai penyesuaian sosial yang baik terhadap lingkungan sosialnya yang baru seperti yang di kemukakan oleh Gunarsa bahwa lingkungan di mana seseorang hidup mengalami perubahan terus menerus, supaya dapat bertahan seseorang harus mempertahankan keseimbangannya dalam hubungan dengan lingkungan. Untuk dapat melakukan penyesuaian sosial yang baik maka individu terlebih dahulu harus berperilaku sesuai dengan tuntutan sosial yang ada di masyarakat, sehingga individu dapat di terima oleh lingkungan masyarakatnya dan memainkan peran sosial yang dapat di terima, seperti untuk mematuhi peraturan yang ada dan tidak mementingkan diri sendiri.

Salah satu bentuk adaptasi yang di lakukan terkait dengan perubahan lingkungan dan tuntutan sosial adalah penyesuaian sosial (*social adjustment*). Penyesuaian sosial sangat penting di kuasai remaja dalam perannya sebagai

mahasiswa baru karena Hurlock mengatakan bahwa penyesuaian sosial merupakan salah satu tugas perkembangan masa remaja yang tersulit (Nike & Rina, 2006).

Endang dan Nailul (2010) mengatakan bahwa penyesuaian sosial yang positif ditandai dengan kemampuan untuk menjalankan fungsi sosial secara baik. Fungsi sosial seseorang dapat ditunjukkan melalui peran-peran sosial yang dimainkan secara tepat dalam hubungan sosial. Sebagai individu yang hidup dalam masyarakat, para anak mantan tahanan politik juga harus dapat menjalankan peran-peran mereka dalam masyarakat, seperti peran mereka sebagai warga negara, mereka harus dapat menyesuaikan diri dalam setiap kegiatan kemasyarakatan. Mereka harus bisa nyaman dalam lingkungan yang memandang mereka berbeda.

Penyesuaian sosial pada tiap tahap ditentukan oleh dua faktor. Pertama adalah sejauh mana seseorang dapat memainkan peran sosial secara tepat sesuai dengan apa yang diharapkan daripadanya. Kedua, seberapa banyak kepuasan yang diperoleh seseorang, karena individu memainkan salah satu peran penting dalam mengembangkan tugas (Hurlock, 2002).

Berdasarkan pemaparan permasalahan seperti yang telah diuraikan di atas, maka peneliti merasa tertarik untuk mengetahuinya secara mendalam “apakah benar penyesuaian sosial berkaitan dengan kesepian”. Pengujian permasalahan tersebut peneliti kemas secara lebih mendalam pada sebuah penelitian dengan judul: **“Hubungan antara Penyesuaian Sosial dengan Kesepian pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Psikologi UIN SUSKA RIAU”**.

B. Rumusan Permasalahan

Untuk memudahkan penelitian, maka perlu dirumuskan masalah apa yang menjadi fokus penelitian. Untuk itu, peneliti merumuskan masalah penelitian dalam bentuk pertanyaan penelitian yaitu: “apakah ada hubungan antara penyesuaian sosial dengan kesepian pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi UIN Suska Riau?”

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk memperoleh data secara empirik yang akan digunakan untuk melihat hubungan antara penyesuaian sosial dengan kesepian pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi UIN Suska Riau.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini, antara lain :

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah keilmuan yang bermanfaat untuk pengembangan ilmu psikologi, khususnya bagian psikologi sosial.

2. Manfaat Praktis

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi bagi mahasiswa tahun pertama universitas mengenai pemahaman tentang penyesuaian sosial dalam kehidupan sehari-hari, sehingga dapat terhindar dari perasaan kesepian.

E. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini didasarkan pada beberapa penelitian terdahulu yang mempunyai karakteristik yang relatif sama dalam hal tema kajian, meskipun berbeda dalam jumlah subjek maupun teori yang digunakan. Penelitian yang akan peneliti lakukan mengenai penyesuaian sosial dan kesepian pada mahasiswa tahun pertama di universitas.

Penelitian terkait penyesuaian sosial yang telah dilakukan antara lain “Pada tahun 2006, penelitian mengenai penyesuaian sosial telah dilakukan oleh Nike R dan Rina M, dengan judul perbedaan penyesuaian sosial pada mahasiswa baru ditinjau dari jenis kelamin. Subjek yang di gunakan dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Fakultas Psikologi dan Fakultas Ilmu Sosial dan Budaya Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Islam Indonesia angkatan 2005. Subjek yang di ambil dalam penelitian ini yaitu yang termasuk dalam kategori remaja akhir yang berusia antara 17-22 tahun baik laki-laki maupun perempuan. Hasil penelitian tersebut diketahui bahwa penyesuaian sosial pada mahasiswa putri lebih tinggi dari mahasiswa putra.

Pada tahun 2007, penelitian mengenai kesepian telah dikemukakan oleh Rizqa Ayu S dan Ratna Syifa’a R, dengan judul kesepian ditinjau dari kualitas komunikasi pada remaja dengan orang tua tunggal. Hasil penelitian tersebut diketahui bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah semua individu yang mempunyai karakteristik sebagai berikut: remaja perempuan dan laki-laki, memiliki orangtua yang bercerai atau meninggal salah satunya, berusia 14-20

tahun. Masa usia tersebut adalah masa kesempurnaan remaja dan merupakan puncak perkembangan emosi.

Penelitian ini berbeda dari penelitian sebelumnya karena peneliti mengaitkan antara variabel penyesuaian sosial dengan kesepian pada mahasiswa tahun pertama fakultas psikologi UIN Suska Riau dan belum pernah diteliti sebelumnya.